

МЕНЮ

20 декабря 2024 г.
Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
1996	284	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (* яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная)	105	10,83	13,83	1,98	175,57	0,16
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергии) (* пшено, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/5	2,31	5,40	16,98	123,22	0,00
1996	630 ТТК	* ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок)	200	3,30	2,62	12,70	87,26	0,59
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,19	0,00	5,85	24,18	0,04
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, * масло сливочное традиционное)	36/5	2,78	5,19	19,24	136,55	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (аллергии) (* батон нарезной йодированный)	40	3,08	1,08	21,52	110,00	0,00
Итого			346	16,91	21,64	33,92	399,38	0,75
II Завтрак								
1996	645	* КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ СНЕЖОК (* снежок 2,5 % жирности)	102	2,65	2,55	11,22	78,53	0,71
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергии) (* груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Итого			102	2,65	2,55	11,22	78,53	0,71
Обед								
1996	62	*САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (* капуста белокочанная, * морковь, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * лимонная кислота, * соль йодированная)	60	0,90	2,97	5,46	52,70	8,66
1996	136	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ (* картофель, * крупа рисовая, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная)	200	1,64	2,22	13,66	80,71	5,32
2003	210 ТТК	* РАГУ С КУРОЙ (* филе грудки цб, * масло подсолнечное рафинированное, * картофель, * лук репчатый, * морковь, * капуста белокочанная, * масло сливочное традиционное, * томатная паста, * мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * соль йодированная)	150/42	16,59	14,69	19,31	276,76	15,96
2003	210 ТТК	* РАГУ СО СВИНИНОЙ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, БЕЗ ТОМАТА (аллергии) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * масло подсолнечное рафинированное, * картофель, * лук репчатый, * морковь, * капуста белокочанная, * мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * соль йодированная)	150/50	15,35	29,06	18,99	401,66	14,32
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	180	0,34	0,05	11,73	49,38	0,16
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,19	0,00	4,88	20,31	0,04
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	37	2,45	0,41	16,57	76,51	0,00
Итого			669	21,92	20,34	66,73	536,06	30,10
Полдник								
1996	425	* ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (* говяжья печень, * батон нарезной йодированный, * масло сливочное традиционное, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	40	7,21	7,16	5,54	115,92	5,07
1996	425	* ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергии) (* говяжья печень, * батон нарезной йодированный, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	40	7,19	7,37	5,63	118,09	5,05
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (* печенье сахарное мука высш. сорт)	63	4,72	6,16	46,80	262,31	0,00
2016	106	* СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (аллергии) (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * дрожжи, * соль йодированная, вода питьевая)	50	3,76	4,79	28,74	173,07	0,00
1996	627 628 629 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРОМ (* чай черный байховый, * сахар песок, вода питьевая)	150	0,16	0,00	4,87	20,12	0,03
2021	ТТК	* НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (* напиток витаминизированный (концентрат) витаминизированный, вода питьевая)	50	0,00	0,00	4,85	19,50	5,00
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	50	0,10	0,00	1,48	6,30	0,02
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	17	1,31	0,46	9,15	46,75	0,00
Итого			320	13,40	13,78	71,21	464,60	10,10
Всего				54,88	58,31	183,08	1 478,57	41,66